

# Reflexiones sobre Gurumayi Chidvilasananda

## *Honrando el silencio*

por Mehul Joshi

Durante un evento de enseñanzas y aprendizaje con Gurumayi en el Shree Muktananda Ashram en 2002, tuve la oportunidad de ofrecer *seva* como facilitador. Cantamos, meditamos y estudiamos las enseñanzas de Siddha Yoga bajo la guía directa de nuestra Guru.

Finalizado el evento, Gurumayi compartió conmigo algo que había observado mientras que yo facilitaba: en algunas ocasiones yo había planteado al grupo una pregunta para la que no había una respuesta inmediata. Uno o dos segundos después, yo llenaba el silencio con un comentario de seguimiento, u otra pregunta.

La guía de Gurumayi fue: “Siéntete cómodo con el silencio.”

Después, ella misma se quedó en silencio. Mientras permanecía sentada con Gurumayi en esta quietud, comprendí que el silencio en el evento no había sido la ausencia de respuesta: era el resultado del grupo entrando con mayor profundidad en la contemplación de la pregunta. Era un silencio lleno de inspiración. Y sin embargo, en ese momento, con cientos de ojos puestos sobre mí, yo me había sentido claramente incómodo con el silencio. Para mí, había sugerido una falta de respuestas.

Con gran aprecio por este nuevo entendimiento, di gracias a Gurumayi por su guía.

Más tarde, al reflexionar sobre mi *darshan* con Gurumayi, tuve la intuición de que su guía había plantado una semilla particularmente significativa para mí. Quise explorarlo aún más, especialmente durante mi práctica diaria de meditación.

En los meses y años posteriores a ese *darshan* con Gurumayi, me sintonicé cada vez más con una dinámica sutil que sucedía en lo profundo de mis meditaciones. A veces entraba a un espacio hondo dentro de mí que resonaba con un silencio poderoso. Me di cuenta de que era justo en esos momentos cuando terminaba mi meditación.

Al reflexionar en esta experiencia, noté que no era algo que “simplemente ocurría”. Cuando penetraba en el espacio inmenso e ilimitado dentro de mí, yo estaba *escogiendo* salir de la experiencia porque me daba miedo el poder del silencio en el interior. Comprendí que lo que tenía que hacer era seguir la guía que Gurumayi me había dado: *Siéntete cómodo con el silencio*.

Descubrí que estar cómodo con el silencio en mi meditación significa reconocer este silencio como una manifestación de mi Ser interior. Ahora, cuando medito, ofrezco mentalmente mi amor y respeto al silencio, algo semejante a ofrecerle *puja* a una deidad. Después entro más profundamente en su poder ilimitado, pulsante y rejuvenecedor.

La guía directa de Gurumayi ha revelado nuevas facetas de mi mundo interior. También ha iluminado mi mundo exterior.

En mi carrera como consultor de comunicación empresarial, a menudo trabajo con profesionales que quieren un contacto más efectivo con las personas, los equipos y el público. A través de los años he observado que muchas de las personas con las que trabajo encuentran obstáculos en su habilidad para hacer contacto cuando hablan o presentan, porque tienen una experiencia limitada en hacer pausas deliberadas.

Al contemplar la guía de Gurumayi, he llegado a reconocer el valor de crear espacio para el silencio al hablar, y ahora exhorto a otros a descubrir por sí mismos el poder del silencio en su comunicación.

Cuando incorporan pausas significativas en su hablar, quedan asombrados por el impacto inmediato que tiene. Descubren que el silencio momentáneo no es la ausencia de comunicación -es un momento que le proporciona a su público el tiempo y el espacio para activar su propia inspiración y creatividad.

Estoy profundamente agradecido con Gurumayi. Al seguir su guía, me siento más cómodo con el silencio. Soy más sensible a los beneficios de honrar el silencio tanto en el mundo interior como en el exterior. El resultado es que soy capaz de beneficiarme del poder del silencio, y alentar a otros a que experimenten su abundancia ilimitada.

